



Utbildning i Prolonged exposure - traumaspecifikt psykoterapi för PTSD, uppstart 25 augusti 2026

Utbildningen omfattar fyra dagar, 25–28 augusti 2026. I utbildningen ingår även två obligatoriska (digitala) tillfällen för metodstöd i mindre grupper under hösten 2026. Utbildningen har ett hybridupplägg: dag 1 och dag 4 är digitala medan dag 2–3 (26–27 augusti) genomförs fysiskt på VGR Konferens, Stationshuset, Göteborg.

Kursbeskrivning

Prolonged exposure, PE är den metod som har starkast forskningsstöd i behandling av PTSD. Metoden har utvecklats av forskaren och klinikern Dr Edna Foa, Ph.D., Center for the Treatment and Study of Anxiety, Philadelphia, USA och har utvärderats i många länder för klienter med olika kulturell bakgrund. Metoden är höggradigt strukturerad och ställer krav på behandlarens förmåga att vara tydlig, våga exponera klienten samt upptäcka undvikanden under terapisessionen. Kursens syftar till att ge teoretisk och praktisk fördjupning i evidensbaserad behandling av PTSD vad gäller diagnostik, bedömning och behandling.

Målgrupp

Medarbetare i primärvård och specialistpsykiatri i VGR med behandlingsuppdrag för diagnosområdet. Förkunskapskrav: Leg. psykolog och annan legitimerad profession /socionom med grundläggande psykoterapiutbildning i KBT. För deltagare gäller också att man kan arbeta enligt metodens förutsättningar avseende behandlingsupplägg och sessionslängd i sin verksamhet. Deltagare utanför VGR är välkomna i mån av plats mot full kurskostnad.

Kursens omfattning och upplägg

Kursen omfattar 32 lektionstimmar och sträcker sig över 4 dagar. Kursen innefattar även påföljande metodstöd (digitalt) i grupp vid två tillfällen (3 timmar/tillfälle). Undervisningsformerna är föreläsningar, analyser av videobandade terapisessioner samt praktiska övningar av behandlingskomponenterna i PE. Kursen bygger på den senaste forskningen på området och är "approved by" Center for the Treatment and Study of Anxiety, Philadelphia, USA. Detta innebär att deltagarna efter genomgången kurs kvalificerar sig för certifiering i metoden. Detta sker genom handledning av certifierad handledare i Prolonged Exposure på två till tre fall.

Kursarrangör

Kursen ges som en uppdragsutbildning i samarbete mellan VGR och Krita Kris- och Traumapsykologi. Kursledare är Hanna Dimbodius, legitimerad psykolog, certifierad handledare & utbildare i Prolonged Exposure Therapy for PTSD.

Utbildningsdatum

Tisdag 25 augusti kl. 08.30-16.00 Digitalt

Onsdag 26 augusti kl. 08.30-16.00 Fysiskt, VGR konferens, Stationshuset, Göteborg

Torsdag 27 augusti kl. 08.30-16.00 Fysiskt, VGR konferens, Stationshuset, Göteborg

Fredag 28 augusti kl. 08.30-16.00 Digitalt

Deltagarantal

Max 30 deltagare.

Kostnad

Utbildningen finansieras med statliga stimulansmedel och är kostnadsfri för dig som är anställd inom VGR eller av VGR finansierad verksamhet. För övriga är kurskostnaden 11 000kr/ deltagare. Litteratur ingår ej.

OBS! Vid uteblivande eller återbud efter sista anmälningssdag faktureras full kurskostnad om 11 000kr.

Kursens mål

Vid avslutad utbildning ska deltagarna

- kunna redogöra för PTSD-diagnosen och dess psykopatologi
- ha kännedom om Emotionell bearbetningsteori och hur den förhåller sig till PE.
- kunna redogöra för och jämföra effektiviteten hos alternativa, evidensbaserade psykoterapeutiska behandlingar av PTSD
- kunna förklara hur klienten kan hjälpas till känslomässigt engagemang och bearbetning av traumatiska minnen, med målet att minska PTSD-relaterade svårigheter och symtom.
- kunna implementera de psykoedukativa elementen i PE
- kunna konstruera en in vivo-hierarki innehållande en rad situationer som tryggt och effektivt stimulerar nyinlärning och ett vidgande av klientens "värld"
- kunna, tillsammans med klienten, implementera in vivo-exponering för trauma-relaterade stimuli och undvikanden.
- kunna hjälpa klienten välja lämpligt indextrauma att fokusera på i den imaginativa exponeringen.
- kunna genomföra imaginativ exponering för traumatiska upplevelser.
- kunna, tillsammans med klienten, välja brännpunkter och implementera proceduren för bearbetning av dessa.
- kunna identifiera och hantera undvikanden under sessioner och i samband med hemuppgifter.
- kunna identifiera och hantera under- och överengagemang under imaginativ exponering.

Kurslitteratur

Foa, E.B., Hembree, E.A. & Rothbaum, B.O. & Rauch, S.A.M., (2021) *Prolonged exposure terapeutmanual: Emotionell bearbetning vid ptsd*. Natur och Kultur

Rothbaum, B.O., Foa, E.B., Hembree, E.A. & Rauch, S.A.M., (2021) *Ta tillbaka ditt liv: Arbetsbok för återhämtning efter en traumatisk upplevelse*. Natur och Kultur

Anmälan

[Sker i Regionkalendern](#) Sista anmälningsdag 15 maj 2026.

Platserna fördelas över regionens olika verksamheter sker efter sista anmälningsdag.

Kontaktperson

Anna Simonsson, Regionutvecklare KPH (Kunskapsstöd för Psykisk Hälsa
anna.simonsson@vgregion.se